VIVIR [+] DOMINICAL

EDICIÓN #033 | 25 DE AGOSTO DE 2013

TURISMO
UNA SERENA AVENTURA

viajes

El Museo Nacional de Historia Natural en Washington, D.C.

Las Vegas

Jerez de los Caballeros

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

IX FERIA INTERNACIONAL DEL LIBRO

Descubre un Mar de Conocimientos

2013

ATLAPA

21 al 25 de agosto



Isabella Santo Domingo
"De la ruptura a la altura"
Presentación de su más reciente obra, jueves 22 de agosto de 5:00 p.m. - 5:50 p.m. en el Salón Boquete.



Camilo Cruz
"Un Regalo Inesperado"
Conferencia y presentación viernes 23 de agosto de 7:00 p.m. - 8:30 p.m. en el Teatro La Huaca.



Ismael Cala
"El poder de escuchar"
Presentación el viernes 23 de agosto de 5:00 p.m. - 6:30 p.m. en el Teatro la Huaca



Dr. Ludwig Johnson
"Diabetes"
Presentación el viernes 23 de agosto de 6:00 p.m. - 6:50 p.m. en el Salón Chaquira.



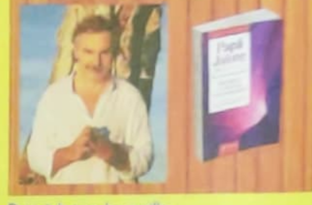
Paco Ignacio Taibo II
"La Vida Misma"
Novela Negra, conferencia el viernes 23 de agosto de 7:00 p.m. - 7:50 p.m. en el Salón Beluco-Chocoe.



José Fernández
"Salvando vidas"
Presentación el jueves 22 de agosto de 7:30 p.m. - 8:50 p.m. en el Teatro la Huaca



Mario Mendoza
"Mi extraño viaje al mundo de Shambala"
Presentación el sábado 24 de agosto de 6:00 p.m. - 6:50 p.m. en el Salón Boquete.



Papá Jaime Jaramillo
"Escucha la voz de tu corazón".
Escucha la voz de tu corazón, presentación el sábado 24 de agosto de 5:00 p.m.-5:50 p.m. en el salón Boquete.



Joumana Haddad
"Yo maté a Sherezade"
Presentación el jueves 22 de agosto de 6:00 p.m. - 7:30 p.m. en el salón Chaquira.



Martha Alicia Chávez
"Tu hijo, tu espejo"
Presentación el viernes 23 de agosto de 1:00 p.m.- 3:00 p.m. en el Teatro la Huaca.



Martha Alicia Alles
Social Media y Recursos Humanos
Nuevas tendencias en Recursos Humanos. Gestión por competencias, conferencia el miércoles 21 de agosto de 4:00 p.m. - 5:50 p.m. en el Salón Boquete.

a.v. 858394

A beneficio de: Sembrando Bibliotecas

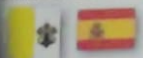
Organiza:



Boletos de venta en:



Invitados de honor:



Patrocinan:









INAC



Este Mes DUPLICA TU Décimo

HASTA 50% DESCUENTO



VEN Y PRUÉBALOS!





30% DESCUENTO





20% DESCUENTO





International Quality Products

"Calidad con Excelencia"

www.iqppanama.com

 IQPPanamá  @IQPpty

- 100% USA
- No.1 EN SERVICIO
- TECNOLOGÍA DE PUNTA
- GARANTÍA HASTA 10 AÑOS
- ENTREGA INMEDIATA

EL DORADO	SAN FRANCISCO	DAVID
236-1804	226-7171	777-9165

Promoción válida del 9 al 31 de agosto en mercancía seleccionada

contenido



Un recorrido por Jerez de los Caballeros, pueblo natal del explorador Vasco Núñez de Balboa, caracterizado por sus estrechas callejuelas, plazuelas escondidas, viejas mansiones blasonadas y casas solariegas, con portada de piedra y herrajes de forja.

AVISTANDO LA EXTREMADURA DE BALBOA | Pág. 22

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Presidente LUIS NAVARRO LINARES
Directora LOURDES DE OBALDÍA
Director Asociado ROLANDO RODRÍGUEZ B.
Subdirector y editor ejecutivo FERNÁN MOLINOS

Editor
TAMARA DEL MORAL
Redactores
TAMARA DEL MORAL
MELISSA PINEL
RELLA ROSENSHAIN
Editor General Gráfico
RICARDO J. BERMÚDEZ
Diseño Editorial
VANESSA CROOKS
PAOLA YING

Fotografía
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
Colaboradores
ANA ALFARO
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
JAIME FIGUEROA NAVARRO
DANIEL GONZÁLEZ
DAYRA UREÑA
ALEJANDRO COLMENÁREZ
Corrección
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
Producción
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

Gerente General JUAN CARLOS PLANELLS
Gerente de Mercadeo SUDY SALENCE
Gerente de Publicidad ISMARI PIMENTEL
Departamento Comercial
Teléfonos para ventas: (507) 323-7283 / (507) 323-7284
Correo electrónico: ventas@prensa.com



en la portada

FOTOGRAFÍA *Fotolia*
CONCEPTO Y FOTOCOMPOSICIÓN *Paola Ying*

Turismo de bienestar y salud: *una serena aventura*

En compañía de entrañables amigas, nos desconectamos del mundo por tres días y nos dedicamos a enriquecer nuestros espíritus y sanar nuestros cuerpos.

Olga de Obaldia • vivirdominical@prensa.com • @okideobaldia

PRESENTA
BAC | CREDOMATIC



@panamagastro

www.panamagastronomica.com

EL ÚNICO REQUISITO
ES QUE TE GUSTE
COMER



FERIA INTERNACIONAL DE GASTRONOMÍA 2013

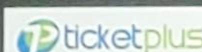
del 30 de Agosto al 1 de Septiembre

ATLAPA, CIUDAD DE PANAMÁ



MICRO
BREW
·FEST·
PANAMÁ

Boletos a la venta en



Expo Feria - Chefs Unplugged (Congreso) - Ruta del Vino - Copa Visit Panama - MicroBrew Fest - Patio del Sabor - Restaurantes

Patrocinadores



COINSA

malltv









Los 'spas' en la historia

Curiosamente, el turismo de bienestar ha existido por miles de años. Fue una de las primeras formas de sanación que practicaron los antiguos mesopotamios, egipcios, griegos y romanos, quienes viajaban largas distancias a manantiales termales y centros espirituales, convencidos de que mejorarían su salud física. El agua fue el elemento clave de esta actividad, de hecho la palabra *spa* viene del latín *spagere* que significa verter un líquido o derramar.

Diferentes culturas desarrollaron distintos tipos de *spas*, desde los *ryokens* japoneses, hasta saunas escandinavos que terminan con chapuzón en aguas gélidas (¡brrrr!).

Y, por supuesto, los famosos *hammam* (baño turco) con sus cúpulas y bellos mosaicos, siendo su más admirable ejemplo arquitectónico los Baños de Roxelana en Istambul.

La tradición europea del *spa* se crea alrededor de manantiales naturales, termales y minerales, a cuyas aguas, gases y lodos se atribuían toda clase de poderes curativos. Surgieron este tipo de baños y centros de sanación hace siglos en lugares como Paeffers, Suiza; en Baden-Baden, Alemania; en Spa, Bélgica; en Bath, Inglaterra; y, tal vez el lugar más famoso de todos, en la ciudad checa de Karlovy Vary, con su régimen de manantiales calientes y tónicos que fueron considerados sanadores para una variedad de males.

A mitad del siglo XX se reinventa el *spa* en Estados Unidos como centros de pérdida de peso para los más ricos y se desarrolla el concepto del "Day Spa" (un día en el *spa* local). En la década de 1990 surgen los "*spas* médicos" que combinan la medicina occidental con medicina holística y oriental.



OLGA DE OBAL... | O...

[+]

El turista puede escoger paquetes completos de acuerdo con su necesidad (relajación, rejuvenecimiento, desintoxicación, pérdida de peso, etc.) que incluyen actividad física, terapias alternativas, métodos de relajación y alimentación nutritiva.

Hasta hace un siglo, antes de los avances de la medicina occidental, era común en Europa y otras partes del mundo viajar por salud, buscando las promesas de manantiales curativos aquí y aires restaurativos allá. Hoy día se ha puesto en boga de nuevo con el aumento de personas que activamente buscan mejorar su salud y quieren respuestas más allá de la medicina occidental, y se ha producido un crecimiento importante en la industria del turismo de bienestar, con centros holísticos, *spas* especializados, retiros de bienestar, peregrinaciones espirituales y otras formas de terapias saludables en todas partes del mundo.

Los centros internacionales de bienestar más famosos van desde el legendario Canyon Ranch, en Tucson, Arizona, donde un paquete de una semana con todo incluido comienza e la vecindad de 11 mil 740 dólares por person hasta el Ananda in The Himalayas, en Uttarac hand, India, donde el paquete antiestrés de 7 días comienza en 4 mil dólares por persona, aproximadamente; pasando por el Gaia Retreat Spa en Australia, donde el paquete de renovación de cinco días comienza en 3 mil 300 dólares por persona, aproximadamente.

Bienestar y sanación en Costa Rica

Australia e India están un tanto lejos y un poquitín caros para este grupo de amigas que dejamos trabajos, esposos e hijos para tomarnos este descanso juntas... afortunadamente una de nosotras encontró un *spa* y centro de bienestar en Costa Rica al mismo



"Bienestar", "sanación", "serenidad"... no son conceptos que yo personalmente asociara con turismo, más bien: novedad, excitación y mucho movimiento. Placentera sorpresa me esperaba al abrirme a una nueva experiencia con el turismo de bienestar y salud, una tendencia que ha cobrado gran fuerza en la última década, con *spas* y centros de bienestar en todas partes del mundo. Y entiéndase "bienestar" como un concepto que abarca la salud del cuerpo, pero también la salud de ese intangible que para unos es la mente y para otros el alma. Con un grupo de entrañables amigas que me ha regalado el universo, decidimos celebrar nuestros cumpleaños este año yéndonos juntas en busca de la serenidad y la salud.

¿QUÉ ES EL TURISMO DE BIENESTAR?

Se entiende hoy por turismo de bienestar y salud el trayecto de un viajero que busca un destino específico, con el fin de mejorar o promover su salud y bienestar. Ese destino puede ofrecer exclusivamente tratamientos holísticos o una combinación de medicina alternativa y medicina occidental. Hoy día, la oferta de *spas* y centros de bienestar es numerosísima en todo el planeta.

sigue [+]





Placeres. *Piscina de agua ionizada, 'jacuzzi' y 'hammam' (baño turco) en el centro Asclepios, en Alajuela, Costa Rica.* ASCLEPIOS | CORTESÍA



Detalles. *Habitación dedicada a los poderes curativos de Afrodita. Derecha: Comedor donde solo se sirve comida orgánica, saludable y natural, sorprendentemente deliciosa.*

ASCLEPIOS | CORTESÍA

nivel que aquellos del primer mundo. Asclepios Wellness and Healing Retreat, (*www.asclepios-cr.com*), ubicado en El Cacao de Alajuela camino a San Pedro de Poas, es un centro cuya filosofía es "fortalecer en el ser humano la paz y la alegría de vivir, en un mundo en donde tensiones y estrés toman un espacio cada vez más importante de nuestra existencia".

A 20 minutos del aeropuerto internacional, desde el momento en que cruzamos el umbral de Asclepios y se abrió ante nosotras un corredor de blancas paredes, que desembocaba en una azul piscina sin fin de agua ionizada, con el verdor de las montañas al fondo, supimos que estábamos en un lugar privilegiado donde el silencio circundante solo era interrumpido por el canto de pájaros, el rumor del viento... y nuestra natural algarabía. Se nos invitó a apagar los celulares, guardar las *laptops* y ¡entender que el mundo sobreviviría unos días sin nosotras!

El paquete que nos prepararon duró tres días, en los cuales el personal de Asclepios, que debe su nombre al dios griego de la medicina, se dedicó a revertir en nosotras los efectos de una alimentación inadecuada, la mala oxigenación, la influencia de pensamien-

sigue [+]

[+]

tos negativos, los cambios climáticos y la falta de reposo o de un sueño reparador.

El centro tiene 12 habitaciones que evocan las medicinas tradicionales más importantes del mundo, todas ubicadas estratégicamente en cuanto a la orientación del sol, buscando promover en el huésped la mejor coordinación biológica con la naturaleza y con ventanales que abrían a las montañas y ventilación natural... sin *blackout* en las cortinas, y toda actividad cesa a las 10:00 p.m. Mi habitación estaba dedicada a la deidad hindú Kaviraja, y no tenía Wifi, todo era de un lujo casual y natural, estaba construida para lograr desintoxicación total física y mental. Casi salgo corriendo la primera noche.

La alimentación fue el comienzo del primer cambio radical: la oferta gastronómica del restaurante está basada en una comida bioenergética donde vegetales, frutas y pescados encuentran sus sabores de origen. Gran selección de tés e infusiones de todas partes del mundo, pero nada de carnes, café ni productos procesados no naturales. Por supuesto que la perspectiva de tres días sin café ni burundangas produjo un conato de insurrección entre estas mujeres, cada una más productiva que la otra en sus campos... rápidamente sofocada por el sabio y atento *staff*.

Atendidas por un selecto grupo de terapeutas holísticos especializados en varias disciplinas, durante tres días hicimos yoga, meditación, sesiones de baño turco en el auténtico y bello *hammam*, recibimos masajes y exfoliaciones, y nos relajamos en la piscina. Nos tomó un día entero bajar nuestras revoluciones a la paz y tranquilidad del lugar. El segundo día todas reportamos un buen sueño reparador y el tercer día, ya estábamos sintonizadas con el sitio, donde cada persona del *staff* te llama por tu nombre y el mundo exterior deja de existir.

La última tarde tuvimos una iluminadora conversación con la fundadora y propietaria de Asclepios, Marisia Jiménez, una mujer encantadora, quien a mitad de su vida abandona su profesión de abogada y se va a Europa a estudiar naturopatía y medicina holística y luego recorre Europa, India, Marruecos y Egipto yendo a distintos centros de medicina alternativa. Su visión integral del ser humano como alma+ cuerpo+mente, que debe vivir en armonía con la fuente de vida que es la naturaleza, la lleva a crear Asclepios. "Me motivó el hecho de darme cuenta de que el amor, la risa, la buena alimentación, el ejercicio físico y los pensamientos positivos son mucho más sanadores que cualquier tratamiento de la medicina tradicional"– nos dice.

Llenas de energía, desintoxicadas, relajadas, sin ojeras –por lo tanto más lindas— con nuestra amistad profundamente fortalecida y llenas de alegría de vivir, nos dirigimos al aeropuerto, proponiéndonos un cambio permanente en nuestra dieta alimenticia y en nuestra dieta mental. Y sí, ahora soy creyente fiel del turismo de bienestar y salud. Además, aparentemente, el mundo pudo sobrevivir sin nosotras por tres días, mientras enriquecíamos nuestros espíritus y sanábamos nuestros cuerpos. ¿Quién lo diría?

Bienestar alternativo

Los tratamientos complementarios y alternativos más comunes que se encuentran hoy día en los *spas* y centros de bienestar y sanación son:

- Acupuntura
- Acupresión
- Aromaterapia
- Ayurveda
- Cromoterapia
- Hidroterapias (Vichy, Schottisch, etc.)
- Homeopatía
- Kneipp
- Masajes
- Medicina herbaria
- Meditación
- Musicoterapia
- Naturopatía
- Osteopatía
- Quiropráctica
- Reiki
- Ritos tibetanos
- Shiatsu
- Tai chi
- Terapia de imanes
- Terapia floral
- Terapia nutricional
- Unani
- Watsu
- Yoga



Sanación. *Uno de los lugares de sanación más conocidos y antiguos es la ciudad checa de Karlovy Vary, con numerosos y lujosos 'spas', que surgieron alrededor de sus manantiales termales.*

FOTOLIA

[+]

destino imperdible para los niños y amantes de la ciencia, que alberga exposiciones sobre los orígenes humanos, el desarrollo de las culturas del mundo, aves, insectos, anfibios, reptiles, mamíferos y criaturas marinas.

La admisión es gratuita, y durante el verano es común ver grupos de estudiantes y excursiones de turistas. El museo cuenta con facilidades para personas con discapacidad y elevador. Es recomendable solicitar la guía y mapa gratuitos (disponibles en español) para que organice su recorrido, que puede tomar unas tres o cuatro horas, e incluso más si va con niños, o si desea ver minuciosamente todas las salas, una película en el cine Imax, comer y comprar algún libro o *souvenir*. Para mayor comodidad, los visitantes pueden dejar su mochila en los casilleros, sin costo alguno. No hay restricciones para tomar fotografías.

Al entrar, el edificio de estilo neoclásico se transforma en un fascinante mundo de fósiles, dinosaurios en poses amenazantes y animales de todo tipo. La historia de la evolución de la Tierra y del ser humano cobra vida a través de interesantes y actualizadas exhibiciones, que incluyen además, minerales, rocas, meteoritos y gemas preciosas. En total, la colección del museo abarca más de 126 millones de piezas que van desde muestras de polen fosilizado, algas, huesos y objetos culturales, hasta material genético.



Océanos. *Fósil de una tortuga marina en la exhibición sobre los primeros peces.* TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA

LA ENTRADA AL MUSEO ES GRATUITA. ESTÁ UBICADO ENTRE LA CALLE 10 Y CONSTITUTION AVE. NW, EN WASHINGTON, D.C. EN EL VERANO Y FECHAS ESPECIALES OFRECE UN HORARIO EXTENDIDO DE 10:00 A.M. A 7:00 P.M.



'Tyrannosaurus rex'. *En la sala de Paleobiología hay esqueletos fósiles y réplicas de varias especies de dinosaurios.* TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA

FÓSILES ICÓNICOS

En la rotonda de la entrada, impresiona el enorme elefante africano disecado, con su trompa en alto, que se exhibe de forma permanente.

La museografía de las salas recorre los eventos en el tiempo, mostrando los artículos e información de las diferentes eras del planeta y la aparición de las especies, desde los organismos unicelulares, pasando por los reptiles, aves, animales marinos y mamíferos hasta nuestros días.

La sala de Paleobiología es una de las más atractivas. Allí se exhiben dinosaurios, la vida en los mares antiguos, fósiles de mamíferos y plantas. Los di-

Gemas, humanos y cultura entre dinosaurios

Interesante, actualizado y ameno, el Museo Nacional de Historia Natural del Instituto Smithsonian, ubicado en el National Mall de Washington, D.C., forma parte del complejo de museos más grande del mundo.

Atractivo. El Museo Nacional de Historia Natural del Instituto Smithsonian fue reconocido con el premio Travellers' Choice 2013 del portal de turismo Trip Advisor, y clasificado como #18 de 233 atracciones en Washington, D.C.

Tamara Del Moral • tdelmoral@prensa.com

Una visita a Washington, D.C. no estaría completa sin conocer sus numerosos museos, que en la época de verano ofrecen un horario extendido.

Solo en la zona turística del National Mall –la explanada entre el monumento a Washington y el Capitolio– se encuentran 10 de los 19 museos y galerías del Instituto Smithsonian, entre ellos el Museo Nacional de Historia Natural, un

sigue [+]





***Gemas y fósiles.** Zafiro Logan (izquierda), de 423 quilates, original de Sri Lanka y bordeado por 20 diamantes. Derecha: Un voluntario clasifica pequeños huesos fósiles en el FossilLab.* TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA

nosaurios (*T. rex, Triceratops, Camptosaurus, entre otros*) -algunos reconstruidos con fósiles reales y otros réplicas- son quizás los que más asombran a chicos y grandes, quienes posan ante las potentes mandíbulas y prominentes esqueletos.

Tras un vidrio, está el FossilLab, donde es posible ver a paleontólogos y voluntarios en plena faena. Un voluntario pacientemente limpiaba y clasificaba minúsculos huesillos que extraía de una bandeja, mientras otros dos preparaban moldes de fósiles con yeso.

Otras salas

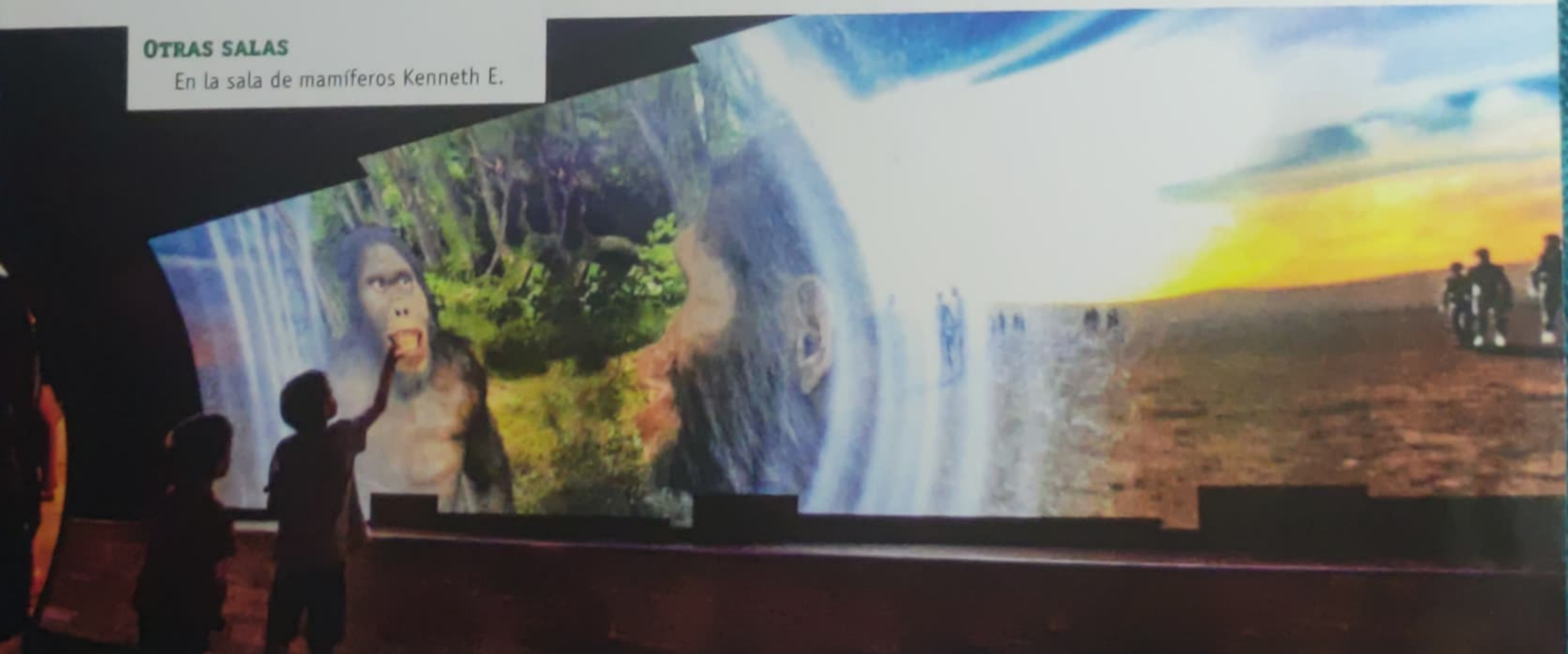
En la sala de mamíferos Kenneth E. Behring, en el primer piso, se ilustra la gran diversidad de mamíferos en el mundo y sus adaptaciones a los diferentes hábitats. Llama la atención un tigre con sus garras extendidas en posición de ataque, que sobresale por encima del público, y en recintos de vidrio, una representación de carnívoros y de dos felinos atacando a un bisonte. Aquí hay en total unos 274 ejemplares disecados y fósiles. También, un pequeño teatro y atracciones interactivas, como una que compara las habilidades humanas (muñecas y codos flexibles, etc.) con las de los chimpancés, y otra que detalla la dentadura de los carnívoros.

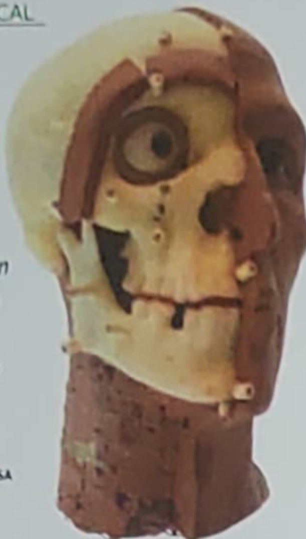
En la sección de los océanos cuelgan del techo tiburones y mantarrayas, y los paneles describen la evolución de las criaturas marinas y los primeros peces.

El pabellón "African Voices" aborda la historia, cultura y conexión de África con el continente americano. También se encuentran en este piso una cafetería, una tienda con artículos sobre mamíferos y la cautivante sala David H. Koch, abierta al público en 2010 y que, mediante atractivas representaciones y un pasillo interactivo, lleva a los visitantes en un recorrido de 6 millones de años por la historia de los orígenes humanos. Se pueden apreciar reconstrucciones faciales de los primeros humanos y reproducciones de cráneos reales de todo el mundo, además de otros objetos.

En la segunda planta está el pabellón de Geología, Gemas y Minerales Janet Annenberg Hooker, donde se pueden ver muestras sobre meteoritos, la Luna, el sistema solar y las placas tectónicas. Siguiendo el recorrido, se llega a la galería Harry Winston, adornada con exquisitas joyas, custodiadas con extremas medidas de seguridad, donde se destaca el Diamante Hope, de 45.52 quilates.

sigue [+]





Identidad. *En la sección forense se explica cómo se obtiene información de los huesos y cómo se hacen reconstrucciones faciales.*

TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA





Pabellones. *Arriba: Vista de la exhibición sobre la vida en los océanos. Abajo: Laboratorio forense.*

TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA

Imponente. *Un elefante africano disecado, con su trompa en alto en señal de alerta, recibe a los visitantes en la entrada.* TAMARA DEL MORAL | LA PRENSA

[+]

"Una de las gemas más famosas del mundo, renombrada por su impecable y raro color azul profundo y su agitada historia", como se lee en la inscripción. El diamante está rodeado a su vez por 16 diamantes blancos y suspendido en una cadena de platino con 46 diamantes.

El visitante también puede apreciar en este nivel otras exhibiciones sobre insectos, mariposas y cultura egipcia.

La historia en los huesos

En el pabellón de Osteología, también en el segundo piso, hay una gran variedad de esqueletos humanos y animales. A través de detallados paneles, imágenes y videos, el público puede conocer cómo a partir de los huesos, los forenses obtienen información sobre cómo vivió y murió una persona, usando rayos X, escáneres, exámenes microscópicos y químicos; y cómo hacen las reconstrucciones faciales de un cráneo.

Para los aficionados de las ciencias forenses y de la historia, la exhibición "Written in Bone: Forensic Files of the 17th-Century Chesapeake" puede ser muy enriquecedora. Esta aborda los hallazgos de restos óseos de los pobladores europeos y africanos que se asentaron en el siglo XVII en Jamestown, Virginia, y en St. Mary's City, Maryland.

La exhibición, que incluye recons-





Jardín secreto. El Siegfired & Roy's Secret Garden and Dolphin Habitat, en el hotel The Mirage.

RELLA ROSENSHAIN | LA PRENSA

[+]

Curiosidades animales

Sin embargo, Las Vegas es mucho más que juegos de azar, festejo y compras. En la misma avenida se pueden encontrar instalaciones con animales que viven en hábitats especialmente diseñados para su conservación.

Una de estas es el Siegfired & Roy's Secret Garden and Dolphin Habitat, en el hotel The Mirage. Se trata de un espacio para la investigación científica que ofrece programas educativos y está acreditado por la Alliance of Marine Mammal Parks & Aquariums y la International Marine Animal Trainers Association. Los espectadores pueden conocer más sobre el comportamiento de los delfines (la mayoría nacidos aquí) en un hábitat conformado por 2.5 millones de galones de agua distribuida en cuatro piscinas interconectadas donde también hay un ecosistema de arrecife coralino.

También hay un programa de conservación de tigres (actualmente hay tigres blancos, leones blancos, panteras y leopardos), que viven en una atmósfera tropical artificial con palmeras, una exuberante vegetación y una sutil melodía que recrea cantos de ranas, el viento y otros sonidos característicos de la vida silvestre. A lo largo del sendero de estos mamíferos, se aprecian letreros con detalles sobre su vida en la naturaleza: "El león es el único gato social y vive en grupos familiares llamados manadas"; "Los tigres pueden encontrarse en ambientes variados, incluyendo los bosques nevados de Siberia, la selva tropical de Indonesia y prados secos de India y China"; "Los leones machos son los responsables de defender la manada y guardar el territorio. Las leonas son las responsables de la mayoría de las cacerías".

En The Strip también se puede encontrar el Shark Reef Aquarium, en el hotel Mandalay Bay. Acreditado por la Association of Zoos & Aquariums, exhibe más de 2 mil animales en estanques de 1.6 millón de galones de agua, incluyendo cocodrilos, peces sierra, peces leones, tortugas, pirañas, medusas, y hasta dragones de Komodo y tiburones.

***Bellagio.** La majestuosa fuente de este hotel parece hipnotizar con su 'show' de agua danzante, luces y música a los visitantes.* FOTOLIA

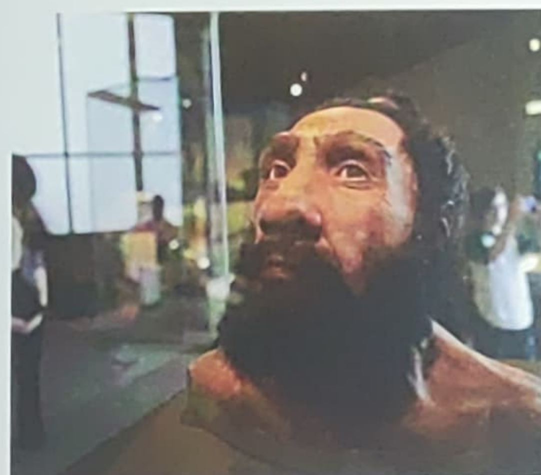
VIVIR [+] DOMINICAL

viajes_ #LasVegas



EL MUSEO CUENTA CON CAFETERÍAS, 'LOCKERS' Y TIENDAS DONDE SE PUEDEN ADQUIRIR LIBROS, JOYERÍA, ADORNOS DE VARIAS CULTURAS Y 'SOUVENIRS'.





Orígenes. *Arriba: Sala dedicada a la humanidad. Abajo: Modelo que recrea la apariencia del 'Homo neanderthalensis' en la sala David H. Koch.* NYT IMAGES

trucciones de esqueletos, explica que hace 400 años pobladores de Inglaterra construyeron un fuerte cerca del río James, por la bahía de Chesapeake. En las décadas siguientes de 1607, los colonos buscaron nuevas tierras en Estados Unidos y se establecieron en áreas de Virginia y Maryland. "Sus historias están escritas en sus huesos", detalla.

Allí puede ver el posible aspecto que tenía "Jane", la chica del Fuerte James, en Jamestown, cuya osamenta fue hallada en una edificación de 1608; en un video, se explica cómo se hizo su reconstrucción facial. La forma pequeña de su cráneo corresponde a otros de mujeres inglesas del siglo XVII. Con base en el desarrollo de su dentadura y rodilla, se estima que tenía 14 años. En mayo pasado, los arqueólogos que describieron el hallazgo indicaron que la joven presentaba señales de canibalismo, pero se estima que falleció antes de ser víctima de esta práctica durante el crudo invierno de 1609 en el que muchos colonos sucumbieron ante la hambruna.

El Museo Nacional de Historia Natural del Smithsonian periódicamente renueva algunas exposiciones; una reciente es "Genome: Unlocking Life's Code", dedicada a los avances en el conocimiento del genoma humano, que estará abierta hasta el 1 de septiembre de 2014.



Osteología. *Se aprecia una variedad de esqueletos de diferentes especies.* TAMARA DEL MORAL|LA PRENSA



Lo que pasa en Las Vegas, **se queda en Las Vegas**

Además de rumbear, apostar, beber y comer, quienes visitan Las Vegas pueden apreciar acuarios, animales exóticos y hasta nieve en esta ciudad situada en el desierto.

Rella Rosenshain • rella.rosenshain@prensa.com

Vibrante, luminosa y agitada, The Strip, una de las calles más famosas de Las Vegas, recopila una representación de las maravillas turísticas de varios sitios del mundo. Más de una treintena de majestuosos hoteles –todos con casinos– se imponen como gigantes sobre la famosa avenida ubicada en Las Vegas Boulevard South, en Paradise, Nevada. Visitantes y huéspedes pueden apreciar su arquitectura y al ingresar, transportarse a famosos destinos.

El hotel New York New York, por ejemplo, cuenta con una réplica de la icónica Estatua de la Libertad y otra del puente de Brooklyn. Mientras que en el hotel París Las Vegas hay una torre Eiffel (cuya altura es aproximadamente la mitad de la original), una parte que simula ser el Arco del Triunfo y una recreación de la Plaza de la Concordia.

El romanticismo de la ciudad de Venecia, Italia, también se respira en Las Vegas con el hotel The Venetian, que posee un gran centro comercial que tiene un cielo pintado en su techo (que a ratos parece real) y en el segundo piso, un canal acuático en el que se ofrece el servicio de paseos en góndolas. Incluso, los *gondolieri* entonan melodías a las parejas mientras el público les toma fotos.

Conocida como la "Ciudad del Pecado", Las Vegas, en el estado de Nevada (Estados Unidos), recibió en 2011 más de 368 millones de turistas. La ciudad, retratada en películas, videos y series de televisión, parece no tener tiempo para dormir. Sus hoteles, restaurantes y variados *shows* invitan a los visitantes a consumir y a irse de rumba sin importar la hora.

MUCHAS CIUDADES EN UNA SOLA. Al recorrer The Strip, una de las calles más representativas de Las Vegas, se podrá conocer detalles de ciudades famosas como Nueva York, Venecia, París y otras a través de más de una treintena de hoteles.

sigue [+]

Vista. *Las encaladas calles de Jerez de los Caballeros.*
CARMEN FERNÁNDEZ | LA PRENSA

Avistando la **Extremadura de Balboa**

Una visita especial hasta Jerez de los Caballeros, recorriendo la historia y el pueblo natal de Vasco Núñez de Balboa.

Jaime Figueroa Navarro • vivirdominical@prensa.com

Iglesia de San Bartolomé. *Detalles de la fachada.*
JAIME FIGUEROA N. | CORTESÍA

Paisajes *con contrastes en el interior de Extremadura.*
FOTOLIA

A raíz de la conmemoración de los 500 años del avistamiento del mar del Sur por el extremeño Vasco Núñez de Balboa, heme recién quijoteando la región autónoma de Extremadura en la península ibérica, escoltado por una versión más esbelta de Sancho, dotado de un ingenioso humor, don Jaime Ruiz Peña, adelantado de la Fundación Castilla del Oro, quien diría en su descripción del Quijote: "tiene un alma como un cántaro: no sabe hacer mal a nadie, sino bien a todos".

Desde Madrid, en un tris más allá de cinco horas, cultivé más sobre España que en la totalidad de los tomos ojeados durante décadas gracias a la fecunda prosa de mi interlocutor, ultimando la travesía terrestre de 440 kilómetros en la Autovía del Suroeste hasta el pueblo natal de Balboa,







Nieve en Las Vegas. *Desde The Strip se puede ir en carro a Mount Charleston, una de las montañas más altas de Nevada, en una hora.*

RELLA ROSENSHAIN | LA PRENSA

Nieve en el desierto

Aunque Las Vegas está situada en pleno desierto, dependiendo de la temporada, posiblemente entre febrero y marzo sus visitantes puedan ver nieve con tan solo un viaje en carro de unos 60 minutos desde The Strip hasta Mount Charleston, una de las montañas más altas de Nevada. Para llegar, se debe tomar la calle 95 Norte, y luego la Nevada Highway 157. La montaña está a 56 kilómetros al noroeste de The Strip.

Durante el camino es sorprendente ver cómo poco a poco el terreno arenoso y los espinosos cactus van quedando atrás, mientras que se impone el color verde de pinos y una poblada vegetación recubierta de nieve. En la montaña se puede acampar, esquiar, comer o beber algo caliente en algún restaurante del área y hasta hospedarse en las cabañas que están disponibles.



LOS RUMBEROS PUEDEN PASEAR POR LA CALLE ALEGREMENTE CON UNA CERVEZA O TRAGO EN LA MANO SIN SER MULTADOS.

¿Qué hace la gente?

En Las Vegas se puede ser, ver y hacer de todo. A lo largo de The Strip hay varios imitadores de Elvis Presley, Michael Jackson, Madonna, de superhéroes como Batman, y de personajes del mundo del cine como Shrek y El gato con botas.

Mientras parejas recién casadas se pasean por la avenida con su atuendo de boda, otros turistas caminan más holgados de ropa (en traje de baño o, incluso, en ropa interior) cuando es verano. Los rumberos pueden pasear por la calle alegremente con una cerveza o trago en la mano sin ser multados.

En Las Vegas no hay hora fija para que empiece la acción. Dentro de los hoteles difícilmente se puede discernir si es de día o de noche. Aun si llega muy tarde luego de un largo día de paseo, es muy probable que vea a jóvenes y adultos vestidos, arreglados y listos para empezar a rumbear. El reloj no parece detenerse. Al fin y al cabo, como dicen acá: *What happens in Vegas, stays in Vegas!* (o en Facebook).





'Love is in the air'. *Es común ver a parejas recién casadas paseando por la avenida con su atuendo de boda.* FOTOLIA



Iglesia de San Bartolomé, donde fue bautizado Vasco Núñez de Balboa. CARMEN FERNÁNDEZ | LA PRENSA

EN LA IMPONENTE IGLESIA DE SAN BARTOLOMÉ, UBICADA EN EL PUNTO MÁS ELEVADO DE LA POBLACIÓN, MEZCLA DE ARQUITECTURA BARROCA Y MUDÉJAR QUE GUARDA CONCOMITANCIAS ESTILÍSTICAS CON LA GIRALDA DE SEVILLA, FUE BAUTIZADO VASCO NÚÑEZ DE BALBOA.



[+]

se percata de que siglos de aislamiento regional les han legado un valioso patrimonio. Enormes extensiones de Extremadura están en un estado puro y recóndito. Muchas de las zonas altas son tan inmaculadas que en sus ríos corre agua pura transparente, que al beberla, sorprende por su dulzura. Entonces, ¿qué verá cuando viene a la cuna de Balboa?

La historia se percibe por todos lados: antiguas veredas y caminos, ruinas visigodas, teatros romanos, anfiteatros, acueductos, viaductos, embalses, puentes (incluyendo el puente romano más extenso del mundo), castillos moriscos, fortalezas, alcazabas, catedrales, iglesias, monasterios, conventos y pequeñas ciudades, construidas de granito, intactas a lo largo de su historia. También se percibe la huella del hombre en el paisaje rural: antiguas terrazas de olivares, viñedos, plantaciones de higueras, huertos de cerezos y almendros, y campiña tras campiña de toda clase de frutas y hortalizas.

Gran parte de Extremadura es generosa y abundante. La atraviesan dos de los cinco ríos más caudalosos de España, el Tajo y el Guadiana. Miles de kilómetros de canales riegan millones de hectáreas de cultivos agrícolas, gozando de más agua dentro de sus límites que cualquier otra región de Europa. Todo bajo un ingente cielo matizado en azul durante todo el año.

Ciudad de caballeros

Jerez de los Caballeros tiene un encanto especial. Contribuye a ello, no poco, sus estrechas callejuelas, sus plazuelas escondidas y, en su sentido característico, sus viejas mansiones blasonadas y sus casas solariegas, con portada de piedra y herrajes de forja. Estamos en una ciudad de Caballeros, no solamente de Balboa, en el



Teatro Romano de Mérida. *La capital de Extremadura tiene más de 2 mil años ininterrumpidos de historia.* FOTOLIA



Plaza mayor de Guadalupe, *capital espiritual de la Hispanidad, vista desde el monasterio.* JAIME FIGUEROA NAVARRO | CORTESÍA





Jerez de los Caballeros, ubicado en el corazón de Extremadura, región abrazada por celestiales montañas arañando la frontera con Portugal.

Por doquier se evidencia la ocupación por los romanos, visigodos, moros y conquistadores cristianos, perdurando auténticamente casto a pesar de los siglos. Dos milenios de aislamiento dejan en manifiesto una fauna aún verdaderamente indómita. Las cinceladas montañas y campos son un paraíso para los observadores de aves, quienes tienen asegurado el avistamiento de buitres, águilas, halcones, grullas y cigüeñas, en adición a otras avecillas particulares de la región.

Exuberante e histórica

Extremadura es extensa. Desde la sierra de Gredos en el norte -aún cubierta de nieve en mayo– hasta la frontera con la soleada Andalucía en el sur sopesa 280 kilómetros. Con más de 40 mil kilómetros cuadrados, es equivalente a dos tercios el tamaño de Panamá. Mientras el istmo cuenta con 45 personas por kilómetro cuadrado, Extremadura abriga 24. ¡Hay espacio para respirar! A los más exigentes visitantes de las urbes modernas les espera una agradable sorpresa: florestas y planicies donde se puede caminar todo el día sin ver a su semejante. Embruja la mirada durante la marcha en la dehesa, el bosque más grande de Europa al sur de España, el sinnúmero de olivares, encinas, alcornoques, viñedos y bestias negras, cerdos casi salvajes, descendientes directos del jabalí, alimentados con productos naturales y del fruto de la encina, bellotas, que los dotan de singular sabor, perfectamente adaptados a una vida en libertad confinada.

La región está aún surcada por miles de kilómetros de senderos, muchos de ellos romanos, pavimentados con las losas de granito original, siendo conservados durante siglos por paisanos y cazadores. Sus pueblos y ciudades están distanciados y esto da lugar al carácter individual de cada plaza. Los extremeños, genuinamente abiertos y amistosos, son muy orgullosos de sus aldeas. Conscientes del acontecer mundial, prefieren vivir la vida de una manera menos complicada. Lo que más importa es el cuidado de la familia, el poblado, el campo y su forma tradicional de vida.

Existe un renovado interés en la conservación del medio ambiente. El extremeño

sigue [+]



Mejor poetas muertos...

Ana Alfaro • vivirdominical@prensa.com

Tengo una amiga desde hace muchos años. Iba a decir que desde la última era de hielo, pero tal vez se sentiría ofendida. La cosa es que éramos amigas cuando se hundió el Titanic (no... miento... vimos la *peli* juntas), pero sí desde mucho antes de **Dead Poets' Society**, la *peli* aquella en que Robin Williams hizo el rol de un profesor de inglés, con métodos algo inortodoxos para enseñarles a sus alumnos a *carpe diem*, o tomar el día por los proverbiales cuernos; disfrutar la vida a plenitud.

Resulta que a mi amiga le encantaba aquello de la política, de estar al tanto del predicamento de la res pública. Ojo, en español, a diferencia del inglés, en que *predicament* significa un problema difícil o bochornoso, en español es, como muchas otras, una palabra tanto más linda: "Dignidad, opinión, lugar o grado de estimación en que se halla alguien y que ha merecido por sus obras".

Yo, NPI de las noticias políticas del día. Básicamente, fulano prometió, fulano fue elegido, fulano robó, a fulano lo protegieron los magistrados, el poder Ejecutivo entrante, etc. Como dijeron Aristóteles, Santayana y, de a chiripa, el Fufo, la historia se repite en espiral. Así que a mí se me confunden los personajes, porque al final del día, nada cambia. Al menos durante la narcodictadura, sabíamos quiénes eran los del sombrero negro. Hoy día, el enemigo está dentro de nosotros. Así que veo, ahora, los afiches de caras frescas, de hombres y mujeres que comienzan, estoy segura, con el deseo de hacer el bien por la patria, por construir un Panamá mejor para las generaciones que vendrán.

Y vuelvo a donde mi amiga, la que era una convencida de que lograríamos un Panamá mejor, igual que todas esas caritas llenas de ilusión, de ganas de trabajar por mejorar a su patria, y recuerdo que siempre le decía a mi amiga: "Tú, te encargas de los políticos vivos. Yo, me quedo con los poetas muertos".

> ... LA HISTORIA SE REPITE EN ESPIRAL. ASÍ QUE A MÍ SE ME CONFUNDEN LOS PERSONAJES, PORQUE AL FINAL DEL DÍA NADA CAMBIA.

Y es que los poetas muertos ya no nos desilusionan. Ya no se ilusionan con odas al cerro Ancón, tras presenciar los horrores que pueden suceder en Cerro Batea. Ya no sueñan con darle una mejor educación a un niño, sino en ver cómo eliminan el horror de las muertes infantiles por error humano en nuestros nosocomios. Y si bien esos poetas muertos, en ocasiones terminaron con cantos de vida y esperanza, de haber sido políticos, hubiesen visto el final de su vida con Rubén Darío en los labios, pero no con palabras bellas para Margarita Debayle, sino recordando el bien nombrado "Lo fatal":

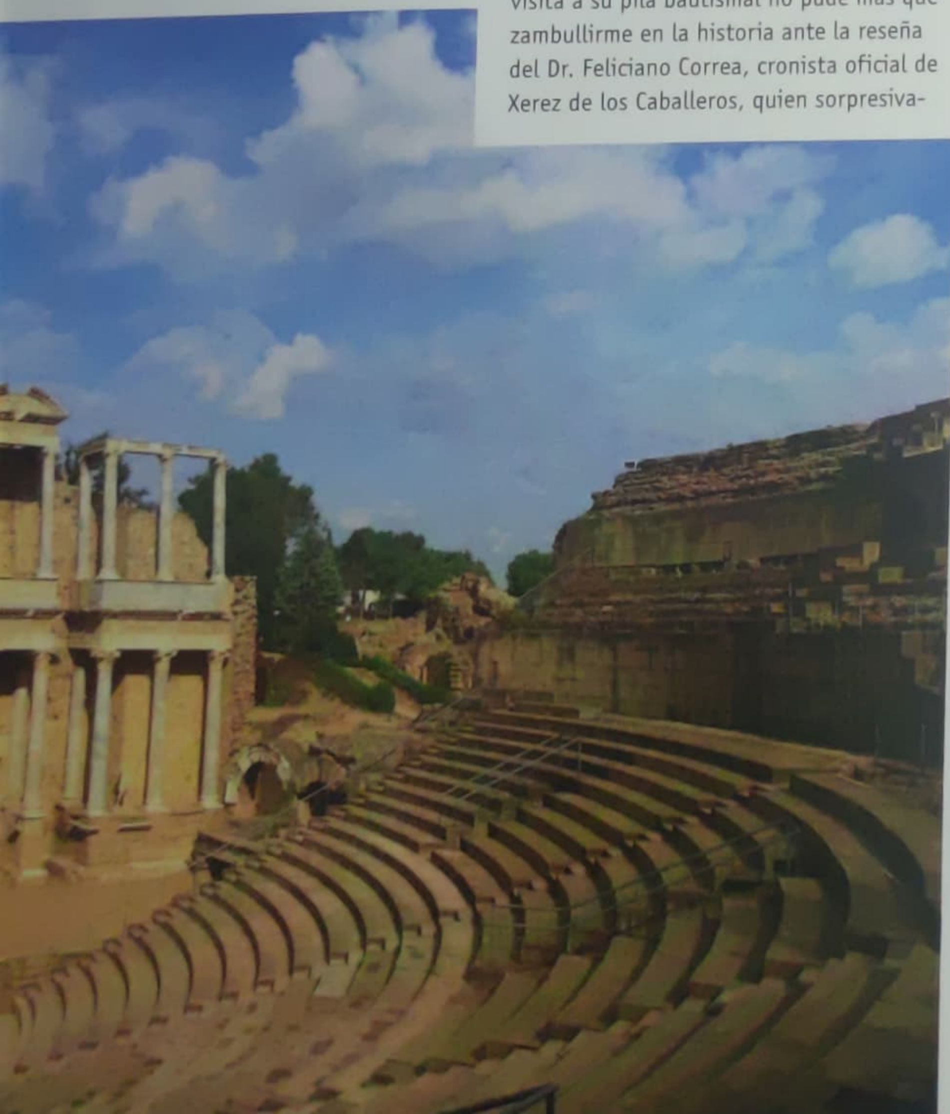
"Dichoso el árbol, que es apenas sensitivo,
y más la piedra dura porque esa ya no siente,
pues no hay dolor más grande que el dolor de ser vivo,
ni mayor pesadumbre que la vida consciente.
Ser y no saber nada, y ser sin rumbo cierto,
y el temor de haber sido y un futuro terror...".



Dehesa en primavera. *El impresionante bosque extremeño donde se crían los cerdos negros.* FOTOLIA

suroeste de Extremadura, a 505 m de altitud sobre el nivel del mar, con un término municipal muy extenso (más de 750 km2) que riega el río Ardila, reflejo de una España belicosa y reconquistadora, inmersa durante siglos en una contienda militar (que también era religiosa), donde se fueron reforzando los apellidos y símbolos, los escudos como los distintivos de la familia. Es en este entorno donde nace Balboa en 1475.

En la imponente iglesia de San Bartolomé, ubicada en el punto más elevado de la población, mezcla de arquitectura barroca y mudéjar que guarda concomitancias estilísticas con la Giralda de Sevilla, fue bautizado Vasco Núñez de Balboa. Durante mi visita a su pila bautismal no pude más que zambullirme en la historia ante la reseña del Dr. Feliciano Correa, cronista oficial de Xerez de los Caballeros, quien sorpresivamente empalmó mi apellido, Figueroa, al índice onomástico del linaje de la ciudad.



La espaciosa casa de Vasco Núñez de Balboa en la calle de la Oliva, cercana a la iglesia de San Bartolomé, guarda un sabor de época y una minuciosa semblanza del Adelantado del Mar del Sur, posteriormente a su conversión a museo en la primera década del siglo XXI.

La Plaza de Vasco Núñez de Balboa en Jerez de los Caballeros fue inaugurada el 2 de junio de 1975 por el duque de Cádiz, Alfonso de Borbón Dampierre. Sencilla y escueta su estatua, me hizo remontar un atardecer hace medio siglo en el istmo, mientras, a lo lejos, patricios jerarcas citadinos cortejaban en los barandales del vetusto Club Unión en Casco Antiguo y contemplaba siluetas enamoradas por la rotonda de la estatua en nuestro malecón, la más imponente estela al explorador Vasco Núñez de Balboa, obsequio del rey Alfonso XIII, esculpida por los artistas españoles Miguel Blan y Mariano Benlliure, e inaugurada ante representantes de 15 naciones latinoamericanas por el Dr. Belisario Porras el lunes 29 de septiembre de 1924, como testimonio de que fue aquí y no en ninguna otra plaza que se emprendió la mayor conquista geográfica de la historia de la humanidad.

Rememoro, entonces, una inscripción en un mural de la iglesia de San Bartolomé que reza: "Y en 25 de septiembre de aquel año de 1513, a las 10 horas del día, yendo el capitán Vasco Núñez en la delantera.... Vio desde encima de la cumbre la mar del Sur, antes que ninguno de los cristianos compañeros que allí iban". Dicha la de mis ojos de poder recientemente calcar la hazaña del jerezano desde la cima del cerro Pechito Parao, en Darién, para lograr descifrar la euforia del momento y la majestad de Jerez de los Caballeros.



El bulldog inglés, una belleza diferente

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com

Sobre gustos no hay nada escrito, ¡y el bulldog inglés es una prueba de ello! Sin duda, un perro con una estética diferente, que si bien no posee una belleza que entra dentro de los cánones estéticos populares, tiene millones de fanáticos adeptos que lo definen como "el feo más hermoso" de las razas caninas.

Del antiguo ejemplar de pelea utilizado en Gran Bretaña por el año 1800, casi nada queda, excepto su tenacidad y valor, a pesar de que no siempre sea respaldado por un físico que soporte la intensidad de su temperamento. En la actualidad, el bulldog inglés es uno de los perros más buscados, siendo a veces víctima de personas que no se informan lo suficiente antes de incorporarlo a sus vidas.

Es, sin duda, maravilloso como compañero. Amigable, guardián, confiable, amante de los juegos, las tranquilas siestas y las salidas, lo convierten en un ser inmensamente querible, que transmite con su mirada casi humana más que mil palabras. Es importante conocer a fondo sus requerimientos, así como también algunos problemas propios de su morfología para darle la mejor calidad de vida posible.

No es una raza recomendable para climas calurosos, ya que su hocico corto, su extrema sustancia y su movimiento típico, producto de su formato de pera visto desde arriba, no le dan los mejores atributos para desenvolverse en el calor. Si usted piensa reproducir ejemplares de esta raza, debe tener en cuenta que, excepto raros casos, la fertilización se produce por inseminación artificial, ya que la diferencia de peso entre macho y hembra, además del riesgo del excesivo esfuerzo, hace el cruzamiento natural muy problemático.

Al nacer los cachorros, se tiene que realizar cesárea, ya que generalmente, por el ancho de los hombros de los recién nacidos, se dificulta el parto normal, además del peligroso esfuerzo de las madres en una estructura de su tipo.

Como todos los perros molosoides, no suelen ser muy longevos, teniendo un promedio de vida de ocho años si reciben la atención que necesitan. Esta es una de las razas en la cual una buena estructura no solo tiene que ver con la belleza, sino con una mejor funcionalidad.

El bulldog inglés en estado salvaje y sin la intervención del hombre, seguramente no habría sobrevivido. Tiene propensión a varios problemas de salud respiratorios, óseos, párpados y paladar elongado, entre otros. Elegir un bulldog inglés como compañero implica una gran responsabilidad, que seguramente será compensada por este carismático y maravilloso perro.

ELEGIR UN BULLDOG INGLÉS COMO COMPAÑERO IMPLICA UNA GRAN RESPONSABILIDAD.



Carácter. *No son fácilmente adiestrables, pero con paciencia y usando el juego como recompensa, se pueden obtener excelentes resultados.* GERARDO GANDSAS | CORTESÍA

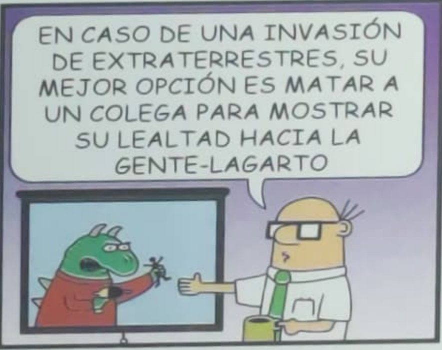


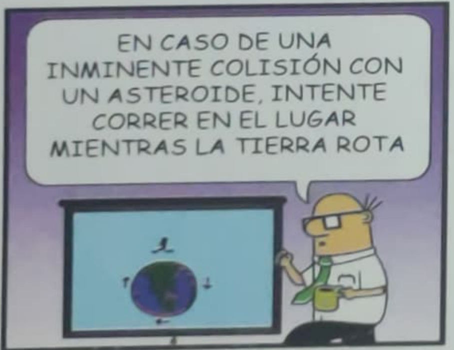




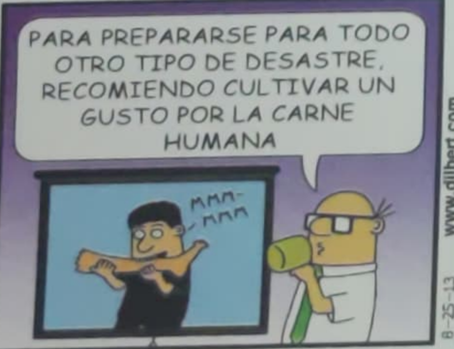
DilbertCartoonist@gmail.com











www.dilbert.com
8-25-13



'TNT' RENUEVA SUS ÉXITOS PARA 2014

Melissa Pinel Z. • mpinel@prensa.com

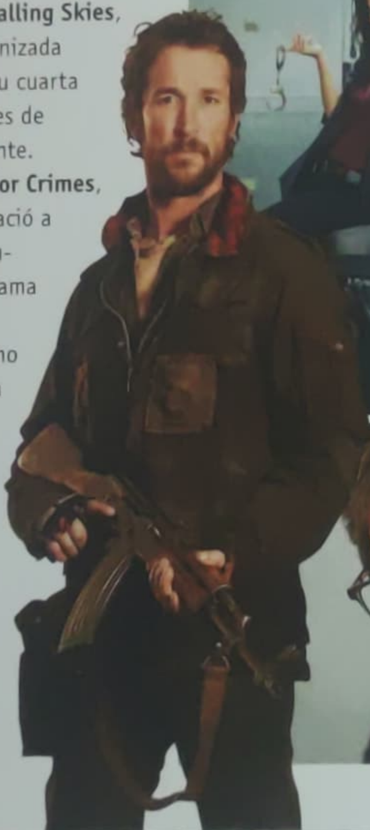
Con una cartelera de dramas policíacos y ciencia ficción, **TNT** renovó su apuesta en las principales series de la temporada de verano. **Falling Skies**, producida por Steven Spielberg y protagonizada por Noah Wyle (**E.R**), fue renovada para su cuarta temporada luego de amasar casi 6 millones de televidentes estadounidenses semanalmente.

El canal por cable renovó también **Major Crimes**, la serie de procedimiento policíaco que nació a partir de **The Closer**, para una tercera temporada de 15 episodios. **Perception**, el drama de crímenes en el que Erick McCormack encarna el papel del Dr. Daniel Pearce como un psiquiatra con esquizofrenia que ayuda al FBI, también volverá para su tercera temporada en el verano de 2014.

La última serie que recibió luz verde para una quinta temporada fue **Rizzoli & Isles**, no obstante, ahora deberá redirigir el curso de su historia tras la muerte del actor Lee Thompson Young, de 29 años, el lunes pasado, quien interpretaba al detective Barry Frost y que parece haber fallecido de un disparo autoinfligido.











SANDRA OH ABANDONARÁ 'GREY'S ANATOMY'

Luego de 10 temporadas interpretando el papel de la doctora Cristina Yang en el popular drama médico **Grey's Anatomy**, Sandra Oh abandonará la producción. La actriz recalcó que está lista para dejar ir a Cristina, y que en la parte creativa le ha dado todo lo que puede. El proceso inherente al final de la historia del personaje en la serie, ya se ha iniciado en la sala de escritores. La producción de **Grey's Anatomy** le ha asegurado a los *fans* que le darán a Cristina la despedida que se merece.

RACHEL DRATCH FORMARÁ PARTE DEL ELENCO DE 'THE MIDDLE'



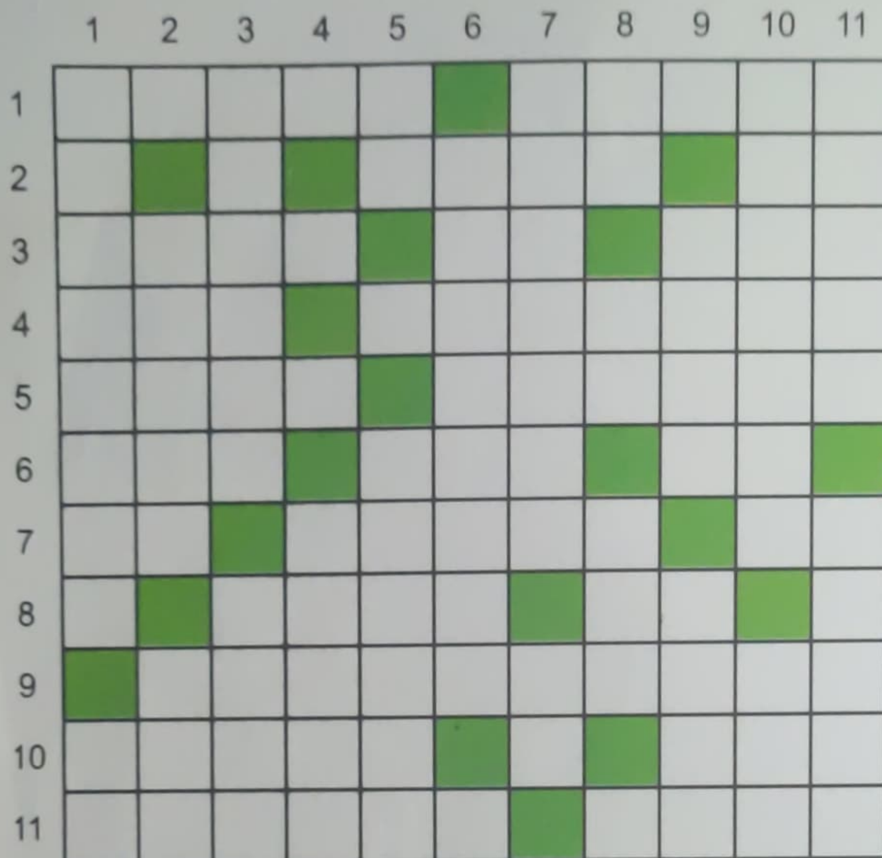
La irreverente comediante estadounidense Rachel Dratch (**Saturday Night Live, 30 Rock**) se unirá al elenco de **The Middle** en su quinta temporada. Dratch interpretará el papel de la directora de primaria de Brick, el hijo menor de la disfuncional familia Heck.

LISA ROBIN KELLY FALLECE EN CENTRO DE REHABILITACIÓN



La actriz que encarnó el papel de Laurie Forman, la hermana mayor de Eric Forman en la comedia de época **That 70's Show**, murió la semana pasada, luego de ingresar a un centro de rehabilitación. La actriz, de 43 años, estaba batallando con el alcoholismo.

[CRUCIGRAMA]

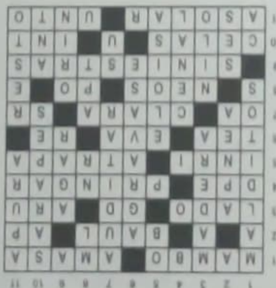


HORIZONTAL

1. Baile que hizo famoso Pérez Prado. Forma o hace masa con la harina.
2. Maletero del automóvil. Agencia de noticias de EEUU.
3. Cara, costado. Símbolo químico del gadolinio. Siglas de Asociación Rural del Uruguay.
4. Siglas de Dell Power Edge. Salpicar con un líquido.
5. Rótulo sobre la cruz católica. Agarra, captura.
6. Antorcha. Esposa de Adán, madre de la humanidad. Símbolo químico del renio.
7. Juego de niños. Bañada de luz. Abreviatura de señor.
8. Prefijo de nuevos. Símbolo químico del polonio.
9. Funestas, malintencionadas.
10. Observas con recelo los movimientos de alguien. Siglas de Instituto Nacional del Teatro.
11. Destruir, arrasar. Aplico una crema sobre algo.

VERTICAL

1. Perversos, de malas intenciones. Símbolo químico del calcio.
2. Falta de la respiración. Siglas de Subsecretaría de Educación Superior.
3. Parte sólida de los árboles. Río de África.
4. Aparejo que sirve para cargar la vela por alto.
5. Iniciales de Orlando Buelvas. Autora de las Cartas a Abelardo.
6. Empeorarse su enfermedad.
7. Realizar auditorías. Apócope de suyo.
8. Mil cincuenta en romanos. Iniciales de Nicolás Ruiz. Abreviatura de apartamento en inglés.
9. Esclava de Abraham y madre de Ismael. Líquido segregado por los riñones.
10. Frazadas de lana, para abrigarse. Hormiga en inglés.
11. Apremia, da prisa. Parte que queda de un todo.



[SUDOKU]

	4		6		5			
				3				
8		6			9			
6					2			
5				9				
2	8		1				3	
7				1			8	5
			8	2	3		7	9
						6	1	

[SUMANDO]

?	-	?	x	?	=	18
+		+		x		
?	+	?	x	?	=	80
x		+		x		
?	+	?	x	?	=	72
=		=		=		
52		21		270		

[SOLUCIONES]

3	4	2	6	8	5	7	9	1
9	5	7	2	3	1	8	6	4
8	1	6	7	4	9	3	5	2
6	3	1	5	7	2	9	4	8
5	7	4	3	9	8	1	2	6
2	8	9	1	6	4	5	3	7
7	9	3	4	1	6	2	8	5
1	6	5	8	2	3	4	7	9
4	2	8	9	5	7	6	1	3

6	-	4	x	9	=	18
+		+		x		
7	+	9	x	5	=	80
x		+		x		
4	+	8	x	6	=	72
=		=		=		
52		21		270		

MÁS ESTABLECIMIENTOS

MÁS BENEFICIOS



Cada vez son más los que disfrutan de los beneficios de pertenecer al Club de Suscriptores de La Prensa.

Únete AL CLUB
del que todos hablan

Club de Suscriptores La Prensa

Imperium Spa & Medical Center · Lumicentro · Sal Sí Puedes cocina & bar · Margo Tours Panamá Since 1974 · Mac Store

a.v.840410

clubsuscriptoresprensa · @clubprensa · club.prensa.com o comunícate al: 222-1222